

# 華府步行10萬裏 熱情助力北京冬奧

## ——華盛頓地區同鄉會聯合會火熱助力北京冬奧



10月27日,北京2022冬奧會倒計時100天,華盛頓地區同鄉會聯合會和河北同鄉會以發揚奧運精神,倡導全民健身活動,增強健康水平為宗旨,發起了“2021金秋快樂健康月打卡賽”走路跑步活動,助力北京2022冬奧會。為期一個月走路跑步活動雖已結束,但200多位參加者給出了10萬裏累累碩果的好成績,并停不下來,可喜可賀。這是我們從大華府走到北京的五個來回的距離,是我們大華府社區以虛擬跑步到北京來助力北京冬奧的集體行動、來發揚“增進了解、促進友誼、互相團結、共同進步、一起向未來”的奧運精神。

借着大華府積極參與跑步走路活動的熱情,我們將在本周日,11月7號,早上十時,在Washington DC 林肯紀念堂前階梯處,和即將于周六,11月13日上午十時,在馬州Cabin John公園舉行的大華府第二屆“金秋快樂健康月打卡賽”收官閉幕式上,進行兩次“飛渡重洋十萬裏,助力冬奧向未來”的簽名

活動,特邀大華府地區華人華僑前來踴躍參加并在巨大的條幅上簽下你們的名字,而每一個名字都將代表着一份弘揚奧運精神助力北京冬奧的誠摯心願,同時也象徵着為第24屆冬季奧林匹克運動會(The XXIV Olympic Winter Games)點燃并傳遞了群情激昂的一支火炬。

此次冬奧運會將於明年2月4日立春的這一天在北京開幕,自古以來,我們中華民族頗為講究吉日吉運的祥兆,這也代表着人類自新冠疫情以來,盼望以這次盛會藉着春的訊息終結疫情,打破陰霾,將奧運精神“更快、更高、更強、更團結”提升為全人類重新開啓正常社會生活秩序的美好象徵。

回顧這次金秋健康月活動,各路健兒一個月以來你追我趕,抱團健身,或飛奔如梭,或健步野外,或爬山跋水,或雨中穿行,迎朝陽,携日暮,從不間斷,這種勇往直前的精神正是體現了奧運精神的實質,正是以實際行動彰顯天下華人一條心,共同表達了全人類期盼疫情

早日結束的心情。

華盛頓地區同鄉會聯合會自周剛會長接任以來,群策群力,帶領執委會班底繼續發揚同鄉會精神,雖然疫情仍然籠罩在人們的生活中,但打破疫情迎來光明的信念却越來越堅定,雖以個人小小的能量却匯聚成集體的豐碩成果,每一分力量都體現着海外華人的熱情和心願。

本次健康月活動得到了大華府許多商家的鼎力支持與贊助,10萬公裏的碩果離不開這些熱情滿



冰墩墩

雪容融

滿的贊助,在此隆重致謝:

- 1、張麗清(梅張會計師樓電話:202-234-2228)
- 2、潘瑛(房地產專家手機240-938-0692)
- 3、青青(醫學營養諮詢師手機:703-981-0631)
- 4、全毅(牙醫博士電話301-216-1780)
- 5、劉偉敏(長江房地產總經理

手機:301-518-8270)

- 6、王蕾(牙醫博士電話301-984-2200)
- 7、何麗萍(理財壽險專家手機:410-241-9128)
- 8、徐腕佑(全美專業保險703-573-3988)

(同鄉會聯合會供稿,撰稿人:潘秋辰,攝影:孫殿濤,網絡等)



## CCACC 第39屆周年慶典 11月6日 上午10點 敬請關注

時光荏苒,美京華人活動中心CCACC即將迎來39歲的生辰。今年的周年慶典活動訂于11月6日周六上午10點,通過Zoom和YouTube直播在綫舉行。因應疫情,這也是CCACC第二年舉辦綫上周年慶典活動。

作為大華府地區屈指可數的華人經營之非營利性社區組織,中心一直向着標竿全方位地拓展,力求精準服務的質與量。經過近39年的發展,中心多元化服務之範圍惠及幼齡至百歲高齡的各年齡層。

為擴展服務之廣度和深度,中心于2021年5月重新整合六大服務部門如後:

- 1) 美京歡樂日間保健中心 - 持續日間照料耆老各項工作;
- 2) 美京居家護理中心 - 繼續提供悉心一對一的居家照護;
- 3) 美京健康醫療中心 - 擴充健康醫療及義務門診服務;
- 4) 美京博雅苑 - 提升幼兒、

青少年教育并將新設職業培訓;

5) 美京藝廊 - 舉辦豐富的藝術活動及展覽;

6) 美京社區服務中心 - 多面向的服務包括社團活動、場地租借、免費報稅、ESOL課程、常青社等等。

值得一提的是,自新冠病毒COVID-19大流行以來,中心秉持信念,毫不鬆懈的推進各項服務,例如為歡樂中心的耆老送餐、送診、慰問;設立新冠病毒中文信息專線,為社區提供確實信息;設立新冠紓困信息諮詢專線,為有需要的居民和小企業提供政府各類紓困項目的申請信息;主辦或協辦多場講座,從不同角度提供紓困、抗疫、教育等方面的信息;協助紅十字會舉辦捐血活動;為常青社會員提供營養午餐以及綫上活動;調整免費報稅服務方式和各個教學項目;開辦電腦技術中文班,提升老年人電腦技能;深入社區推廣2020人口普查并積極響應反仇恨亞

裔犯罪。

在全球抗“疫”過程中,一直居于重要角色的中心不僅捐贈2萬多個醫用口罩,依然開放美京健康醫療中心的泛亞義務門診,還成為首家獲蒙郡相關機構授權的亞裔社區組織,設立新冠疫苗接種站,并自2021年2月至今,舉辦多場疫苗接種服務,幫助近兩千居民獲得免疫。

中心于今年5月依據政府相關規定,逐步對外開放,且在原先總部設施的基礎上,新增位于9400 Key West Avenue Rockville, MD 20850的美京博雅苑,以開展更多社區服務和活動。

在CCACC即將迎來其39周年生辰之際,我們誠邀社區各界人士,敬請關注11月6日周六上午10點的慶典活動。參與方式:

YouTube 直播鏈接: <https://youtu.be/-dSKinCCX0s>

Zoom 鏈接: <https://us02web.zoom.us/j/83998151731>



誠邀您參加

## 第39屆週年慶典

2021年11月6日 · 上午10:00

活動流程 10:00 AM 年會  
10:45 AM 表演 & 慶祝

參與方式



## 華府詩友社2021年11月7日網上(ZOOM)講座-毛戎大師講《中國山水詩畫-詩中有畫,畫中有詩》

演講時間: 2021年11月7日(周日),下午2:00-4:00

演講題目:《中國山水詩畫-詩中有畫,畫中有詩》

演講嘉賓:華府山水畫領軍人物,魏碑第一人-毛戎大師

主辦單位:華府詩友社

Zoom ID: 938 2617 0309

聯繫方式:  
韓輝 [huihan4@gmail.com](mailto:huihan4@gmail.com);  
陳藝虹 240-381-4379

[yihongchen2013@gmail.com](mailto:yihongchen2013@gmail.com);  
雷俊毅 484-683-1313

[jlei0221@icloud.com](mailto:jlei0221@icloud.com)

註冊表 [https://docs.google.com/forms/d/1T81x7S6zIUB\\_cxRzLKgWCPuRUC8zjYt7d1Pu\\_o1aVvg/viewform?edit\\_requested=true](https://docs.google.com/forms/d/1T81x7S6zIUB_cxRzLKgWCPuRUC8zjYt7d1Pu_o1aVvg/viewform?edit_requested=true)

免費,註冊號作為毛先生書畫

小品的抽獎號

演講提要:

北宋山水畫大師郭熙在他自著的畫論中說:“詩是無形畫,畫是有形詩”。其後,大文豪蘇東坡又提出“詩畫一律”的見解,“詩畫本一律,天工與清新”,更贊美詩畫雙絕的王維“詩中有畫,畫中有詩”。從此奠定了中國特有的詩畫合一的文人山水畫風。而黃山谷的題畫詩“李侯有句不肯吐,淡墨寫出無聲詩”,又進一步把詩從“無形畫”升化為“有聲畫”了。

宋朝是一個重文輕武的朝代,文學和藝術得到極高的尊重和發展。其後元朝是蒙古人入主中原,士人出仕者少,致力于“詩書畫印”俱全的文人山水畫創作。元四家(主要是指黃公望、王蒙、倪瓚和吳鎮)的畫風都講究筆墨,崇尚意趣,

并把詩文書法融入繪畫,是元代文人山水畫的主流。中國山水畫的筆墨技巧也達到了一個高峰,對後世的繪畫,尤其是“南宗”一派影響巨大。

毛戎先生首先將簡介晉唐山水詩的《詩中有畫》和宋元文人山水畫的《畫中有詩》的傳世名作,以及《詩中有畫,畫中有詩》詩品畫論的美學意義。然後毛先生將把更多的傳世名畫分成三大類來進一步欣賞《詩中有畫,畫中有詩》的歷代佳作:(一)以名家詩賦為題材來創作的故事畫。如屈原的《九歌》,白居易的《琵琶行》和蘇軾的《赤壁賦》。(二)以名家詩賦為題材來創作山水畫-如陸儼少的《杜甫詩意圖》和李可染的山水畫《萬山紅遍》。(三)文人山水畫上題詩以增添畫中的詩境。如倪雲林的《幽澗

寒鬆圖》。舉不勝舉。最後毛戎先生將分享自己的詩書畫代表作來展示他的文人山水畫是如何追求和達到《詩中有畫,畫中有詩》的最高境界的。

講員介紹:  
毛戎先生是當代著名的書畫大師,以山水畫領軍人物和魏碑第一人而聞名于中美。毛先生于一九三二年出生于江蘇省。一九六五年于華府喬治城法學院畢業後,曾任中華民國駐華盛頓大使館文化組組長和臺灣行政院教育部高教司司長。毛先生自幼酷愛書畫,八十年來習字作畫不綴。他既得窺宋元之堂奧,又積聚游歷造化之功,終開“毛家文人山水”之面貌。一九九零年退休後,毛戎先生致力于中國傳統文華的薪火相傳,先後在馬裏蘭州立大學、私立

美國大學退休進修中心,老人中心和中文學校教學,是馬州洛維爾市大都會視覺藝術中心的長期駐場藝術家。并于一九九四年創建了華府著名的《翰墨雲山社》,聚集了當今華府畫壇大批傳統的國畫書法名家。今年八十九歲高齡的毛老,至今仍從事傳統書法和國畫的演講、教學與示範。其足迹遍布世界各個大學、圖書館、美術館、以及政府機構。毛戎先生的作品多次在美國、臺灣、印度、中國、與蘇俄各地以個展或聯展方式展出。出版了《中國書畫》和《筆墨橫姿》文人山水書畫專集。  
毛戎先生也是華府詩友社的元老之一,是繼已故創始人盧冰峰先生後,華府詩友社雅集的第二位召集人。毛戎先生目前也是《華府詩友社詩友園地》的書畫顧問。